• • • ITALIANO

PRESCRIZIONI DI SICUREZZA

Il presente libretto è parte integrante dell'apparecchio e deve essere letto attentamente prima dell'utilizzo poiché fornisce importanti indicazioni riguardanti la sicurezza d'installazione, d'uso e di manutenzione. Conservare quindi con cura.

- Dopo aver tolto l'imballaggio assicurarsi dell'integrità dell'apparecchio. In caso di dubbio non utilizzarlo e rivolgersi a un centro assistenza autorizzato da TERMOZETA.
- Non lasciare gli elementi dell'imballaggio (sacchetti in plastica, polistirolo espanso, chiodi, ecc.) alla portata di bambini o persone con capacità mentali ridotte in quanto potenziali fonti di pericolo.
- Quest'apparecchio dovrà essere destinato esclusivamente ad uso domestico come pesapersone. Ogni altro uso è da considerarsi improprio.
- TERMOZETA non può essere considerata responsabile per eventuali danni derivanti da usi impropri, erronei ed irragionevoli.
- Per l'eventuale riparazione, rivolgersi esclusivamente a un Centro d'Assistenza Tecnica autorizzato dall'azienda e richiedere l'utilizzo di ricambi originali.
- Si raccomanda, se si decide di non utilizzare più l'apparecchio,di rendere innocue le parti suscettibili di costituire un pericolo, specialmente per bambini che potrebbero servirsene per i propri giochi.
- Per lo smaltimento dell'apparecchio e delle batterie attenersi alle norme in vigore nel proprio luogo di residenza.
- Gentile Cliente, desideriamo complimentarci con lei per la preferenza accordataci nell'acquistare Body Control 5000, una pesapersone dal design estremamente moderno.
- Body Control 5000 è caratterizzata da una tecnologia innovativa che consente di determinare istantaneamente il proprio peso, la massa grassa e la percentuale di acqua contenuta nel corpo. Grazie a specifici sensori di rilevazione e in combinazione a elementi quali il sesso, l'età e l'altezza, la vostra Body Control 5000 vi sarà di aiuto nel mantenere il vostro peso forma.

ISTRUZIONI PER L'USO

ATTENZIONE

Si raccomanda ai portatori di pace-maker o di altri dispositivi medici elettronici di NON utilizzare questa bilancia in quanto potrebbe interferire nel loro corretto funzionamento.

NOTA
Si sconsiglia altresì l'utilizzo a:

- soggetti sottoposti a trattamenti di dialisi
- donne in gravidanza
- atleti con un elevato numero di ore di allenamento
- soggetti di età inferiore ai 6 anni o superiore ai 100

I valori rilevati da questo apparecchio sono indicativi e quindi l'apparecchio non deve essere utilizzato a scopo medicale. Si raccomanda di consultare un medico prima di impostare qualsivoglia dieta.

Inserimento della batteria

La batteria non viene fornita con la bilancia. Utilizzare una batteria da 3V tipo CR2032. Posizionare la bilancia con la parte posteriore verso l'alto per poter accedere alla sede della batteria. Rimuovere la placchetta di chiusura (Fig. 3). Inserire la batteria rispettando la polarità.

NOTA
In caso si intenda non utilizzare l'apparecchio per un lungo periodo di tempo, rimuovere la batteria.

Posizionamento

Posizionare l'apparecchio in un luogo fresco e asciutto, evitare luoghi umidi e caldi.
Posizionare la bilancia su una superficie solida, piana e priva di vibrazioni per garantire una misurazione sicura e accurata.
Posizionare la bilancia in un'area non esposta alla luce diretta del sole, con eccessiva umidità o a sbalzi di temperatura elevati. Posizionare la bilancia lontano da apparecchi che producono calore.

Caratteristiche

La bilancia Body Control 5000 permette di misurare il peso (kg, lb, st:lb), la percentuale di massa grassa (% fat), di idratazione corporea (% TBW), di muscolatura (%), il peso delle ossa (kg), il valore calorico (KCAL) e l'indice di massa corporea (BMI).
I dati personali (sesso, età e altezza) possono essere preimpostati e memorizzati in specifici profili (P0, P1 ecc...).
La funzione di spegnimento automatico, durante la programmazione, si attiva dopo 8 secondi se non vengono premuti tasti o pulsanti.
Al termine della misurazione, dopo aver indicato i risultati per due volte, la bilancia si spegne automaticamente.
La bilancia è, inoltre, dotata della funzione che segnala la batteria scarica e il superamento del peso massimo consentito (180 kg).

Impostazioni della bilancia

Prima di utilizzare la bilancia è necessario impostare l'unità di misura desiderata (libbre - lb, "stones" - st, chilogrammi - kg). Premere il tasto SET. La bilancia si accende. Attendere che compaia il valore "0.0". Premere UP/DOWN per impostare l'unità di misura desiderata.
Per visualizzare anche la percentuale di massa grassa e gli altri valori vanno impostati i propri dati (sesso, età e altezza) in uno dei 10 profili disponibili, da P0 a P9, secondo le seguenti indicazioni:
- Premere il tasto SET. Incomincia a lampeggiare il primo parametro da impostare: profilo P0 (Fig. 4).
- Agire sui tasti UP/DOWN selezionando la posizione di memoria desiderata e confermare la scelta premendo il tasto SET. Immediatamente sul display lampeggerà il secondo parametro da selezionare: sesso (uomo / donna) (Fig. 5).
- Selezionare attraverso i tasti UP/DOWN il sesso (uomo / donna) e confermare la scelta premendo il tasto SET. Analogamente a quanto descritto al punto precedente, sul display lampeggerà il successivo parametro da selezionare: altezza (cm / ft:in) Fig. 6.
- Impostare attraverso i tasti UP/DOWN l'altezza e confermare la scelta premendo il tasto SET. Sul display lampeggerà l'ultimo parametro da selezionare: età (age). L'età deve essere compresa tra i 6 e i 100 anni Fig. 7.
- Impostare attraverso i tasti UP/DOWN l'età e confermare la scelta premendo il tasto SET.

Il procedimento per impostare il primo profilo memorizzabile è terminato.
Ripetendo tutti i passi descritti nei punti precedenti è possibile memorizzare fino a 10 profili o, all'occorrenza, modificare i parametri.

NOTA
Se si commette un errore durante la programmazione, occorre ripetere i passaggi a partire dalla memorizzazione del profilo personale.

Lettura del peso e rilevazione della massa grassa

La bilancia può essere usata come una normale bilancia.
- Posizionare la bilancia su una superficie orizzontale e stabile.
- A bilancia spenta, salire e attendere la rilevazione del peso. Il valore rilevato lampeggia sul display. Una volta scesi la bilancia si spegne automaticamente.

Per visualizzare anche la percentuale di massa grassa e gli altri valori, dopo aver impostato tutti i dati personali, procedere come segue:
- Premere il tasto SET e richiamare con i tasti UP/DOWN il profilo impostato (da P0 a P9).
- Il display mostra i dati relativi al profilo selezionato e subito dopo compare la scritta "0.0" (Fig. 8). A questo punto la bilancia è pronta per essere utilizzata.

ATTENZIONE

Non salire sulla bilancia quando è bagnata o se avete i piedi bagnati o umidi perché si potrebbe scivolare.
Per evitare eventuali cadute o danni, non salire sull'estremità del piano bilancia.

NOTA
Per garantire una misurazione accurata, occorre salire sulla bilancia a piedi nudi, assicurandosi di posizionare correttamente i piedi a contatto con la striscia metallica dei sensori (2). Fare attenzione a non far entrare i piedi in contatto tra loro. Solo in questo modo i sensori funzionano correttamente e la bilancia fornisce i dati relativi alla percentuale di massa grassa, di idratazione corporea e i successivi. Se si sale sulla bilancia prima della comparsa della scritta "0.0", la bilancia non effettua la misurazione. Inoltre, se non si sale sulla bilancia entro circa 8 secondi dall'apparizione della scritta "0.0", la bilancia si spegne automaticamente.

Il valore del peso compare nella parte centrale del display. Per ottenere gli altri valori, rimanere ancora sulla bilancia. Sul display, scorrerà da sinistra verso destra l'indicatore (o) ad indicare che la bilancia sta calcolando gli altri valori. A questo punto, sul display compaiono in successione la percentuale di massa grassa (% fat), di idratazione corporea (% TBW), di muscolatura (%), il peso delle ossa (kg), il valore calorico (KCAL) e l'indice di massa corporea (BMI).

NOTA
Non scendere dalla bilancia fino a quando non è stata indicata la percentuale di massa grassa (% fat) e di idratazione corporea (% TBW). L'indicazione del peso e gli altri valori rilevati vengono ripetuti due volte. In seguito l'apparecchio si spegne automaticamente.

Leggere, nelle seguenti tabelle, la valutazione dei dati percentuali rilevati dalla bilancia, facendo sempre riferimento anche all'età e al sesso.

Tabella di comparazione per i valori di percentuale di massa grassa

Età	Uomo			
	sottopeso	medio	sovrappeso	obeso
6-30	<16.4	16.5 - 22.0	22.1 - 30.4	>30.5
31-60	<17.0	17.1 - 22.4	22.5 - 31.4	>31.5
61-80	<17.6	17.7 - 23.0	23.1 - 32	>32.1

Età	Donna			
	sottopeso	medio	sovrappeso	obeso
6-30	<13.6	13.7 - 18.0	18.1 - 26.4	>26.5
31-60	3.0 - 14.0	14.1 - 18.6	18.7 - 27	>27.1
61-80	3.0 - 14.4	14.5 - 19.0	19.1 - 28	>28.1

Tabella di comparazione per i valori di percentuale di idratazione corporea

Età	Uomo			
	basso	medio	alto	muscolatura
10-15	<57.0	57.0-67.0	>67.0	>44
16-30	<47.0	47.0-57.0	>57.0	
31-60	<42.0	42.0-52.0	>52.0	
61-80	<37.0	37.0-47.0	>47.0	

Età	Donna			
	basso	medio	alto	muscolatura
10-15	<58.0	58.0-72.0	>72.0	>46
16-30	<53.0	53.0-67.0	>67.0	
31-60	<47.0	47.0-61.0	>61.0	
61-80	<42.0	42.0-56.0	>56.0	

Tabella di comparazione per i valori di peso delle ossa

	Donna			Uomo		
Peso	<45kg	45-60kg	>60kg	<60Kg	60-75Kg	>75Kg
Peso ossa	5,8kg	6,2kg	6,5kg	6,5Kg	6,9Kg	7,2Kg

Si ricorda che la misurazione del peso e la determinazione degli altri valori si basa su metodi di misura standardizzati e calcolati con formule messe a punto da approfonditi studi scientifici.
Le abitudini e lo stile di vita influiscono sul livello di idratazione, così come i seguenti fattori:
- Dopo un bagno, le rilevazioni possono essere più basse.
- Dopo aver mangiato o bevuto le rilevazioni possono essere più alte.
- Durante il periodo mestruale femminile, la rilevazione può essere fluttuante o poco precisa.
- Durante una malattia o un'attività fisica intensa si può avere perdita di idratazione dovuta all'intensa sudorazione e disidratazione.

Sostituzione della batteria

Quando la batteria è scarica, sul display appare il messaggio "LO". Sostituire subito la batteria per assicurare una misurazione accurata. Se durante l'utilizzo, la bilancia non si accendesse, è necessario sostituire la batteria rimuovendola dalla sede e inserendone una nuova, come indicato nel paragrafo relativo all'inserimento della batteria.

NOTA
La rimozione della batteria non comporta la cancellazione delle impostazioni memorizzate.

Messaggi di errore

Il display della bilancia può visualizzare alcuni messaggi di errore:

Messaggio sul display	Significato
LO	Indicatore di batteria scarica
ERR	Peso eccedente i 180 Kg
Err2	Le percentuali di massa grassa e di idratazione corporea non possono essere calcolate (se la percentuale di massa grassa è inferiore a 5% o superiore a 75%, la rilevazione non è accurata). I sensori non rilevano correttamente i valori. Provare a posizionarsi correttamente e, se l'errore persiste, pulire i sensori.

Per qualsiasi altro messaggio di errore o malfunzionamento del display, estrarre la batteria per qualche istante e reinserirle nell'apposita sede.

PULIZIA E MANUTENZIONE

Pulire la bilancia solo con un panno morbido e asciutto.
Non cercare di smontare il piano della bilancia.
Usare dell'alcool per pulire i sensori e un prodotto per la pulizia dei vetri (applicato prima su uno straccio) per mantenerli brillanti. Non usare sapone.

ATTENZIONE

Non utilizzare mai soluzioni acide o sostanze abrasive.
Non immergere mai la bilancia in acqua o in altre sostanze liquide.

INFORMAZIONI AGLI UTENTI

Ai sensi dell'articolo 13 del Decreto Legislativo 25 Luglio 2005, n° 15 "Attuazione delle Direttive 2002/95/CE, 2002/96/CE e 2003/108/CE, relative alla riduzione dell'uso di sostanze pericolose nelle apparecchiature elettriche ed elettroniche, nonché allo smaltimento dei rifiuti"

Il simbolo del cassonetto barrato sull'apparecchiatura indica che il prodotto alla fine della propria vita deve essere raccolto separatamente dagli altri rifiuti.
L'utente dovrà, pertanto, conferire l'apparecchiatura giunta a fine vita agli idonei centri di raccolta differenziata dei rifiuti elettronici ed elettrotecnici, oppure riconsegnarla al rivenditore al momento dell'acquisto di una nuova apparecchiatura di tipo equivalente, in ragione di uno a uno.
L'adeguata raccolta differenziata per l'avvio successivo dell'apparecchiatura dismessa al riciclaggio, al trattamento e allo smaltimento ambientalmente compatibile contribuisce ad evitare possibili effetti negativi sull'ambiente e sulla salute e favorisce il riciclo dei materiali di cui è composta l'apparecchiatura.
Lo smaltimento abusivo del prodotto da parte dell'utente comporta l'applicazione delle sanzioni amministrative previste dalla normativa vigente.

• • • ENGLISH

SAFETY REQUIREMENTS

The present manual is an integral part of the appliance and must be carefully read before using it as it gives important indications with regard to safety of installation, use and maintenance. Therefore preserve with care.

- Make sure the appliance is in good condition after you have removed the packing. In case of doubt do not use it and contact an assistance centre authorised by TERMOZETA.
- Do not leave the packing elements (plastic bags, foam polystyrene, nails, etc.) within reach of children or persons with limited mental faculties as they are potential sources of danger.
- This appliance was exclusively designed for domestic use to weigh people. Any other use is considered improper.
- TERMOZETA cannot be held responsible for any damage caused by improper, incorrect and negligent use.
- Contact a service centre authorised by the company for any repairs and ask for original spare parts.
- If you decide to no longer use the appliance, make any dangerous parts harmless, especially for children who may use the appliance to play with.
- Abide by the existing standards in your country for instructions on its disposal.
- Dear Customer, congratulations on your purchase of the Body Control 5000, bathroom scales of an extremely modern design.
- Body Control 5000 is characterised by an innovative technology that instantly measures your weight, the body fat and percentage of water contained in your body. The special measuring sensors combined with personal factors like sex, age and height make it possible for the Body Control 5000 bathroom scales to help you maintain your ideal weight.

INSTRUCTIONS FOR USE

ATTENTION

People with pace-makers or other electrical medical devices should not use these scales because they may interfere with their correct functioning.

NOTE
The following people should not use this appliance:

- people on dialysis
- femmes enceintes
- athletes with an intense training schedule
- persons younger than 6 or older than 100

The values measured by this appliance are indicative and do not have any medical value. Consult your doctor before embarking on any diet.

Installing the battery

The battery is not supplied with the scales. Use a type CR2032 3V battery. Position the scales with the rear facing upwards so as to be able to reach the battery housing. Remove the closure plate (Fig. 3). Insert the battery observing the polarity.

NOTE
If you do not plan on using the appliance for a long period of time, remove the battery.

Positioning

Position the appliance in a fresh dry area, avoid humid and hot places.
Position the scales on a hard, flat surface without vibrations in order to ensure a safe and accurate measurement.
Position the scales in an area not exposed to direct sunlight, having excessive humidity or with very sudden changes of temperature. Position the scales away from appliances that generate heat.

Features

The Body Control 5000 scales measure weight (kg, lb, st:lb), the percentage of fat mass (% fat), body hydration (% TBW), muscles (%), bone weight (kg), the calorific value (KCAL) and the body mass index (BMI).
The personal data (sex, age and height) can be pre-set and stored in specific profiles (P0, P1, etc.).
The automatic shut-down function, during the programming, is enabled within 8 seconds if you do not touch any of the keys or buttons.
After completing the measuring process, the scales show the results twice and then they shut off automatically.
The scales also have the function that reports when the battery goes dead and when the allowed maximum weight (180 kg) is exceeded.

Settings of the scales

Before using the scales you have to set the desired unit of measure (pounds - lb, stones - st, kilograms - kg). Press the SET button. The scales turn on. Wait for the value "0.0" to appear. Press UP/DOWN to set the desired unit of measure.
To also view the percentage of fat mass and the other values, your data (sex, age and height) must be entered into one of the 10 profiles available, from P0 to P9, following the instructions below:
- Press the SET button. The first parameter to set will start flashing: P0 profile (Fig. 4).
- Press the UP/DOWN buttons to select the desired memory position and confirm by pressing the SET button. The second parameter to select will immediately start flashing on the display: sex (male / female) (Fig. 5).
- Set the sex (male / female) using the UP/DOWN buttons and confirm selection by pressing the SET button. Similar to what was described above, the next parameter to select will flash on the display: height (cm / ft:in) (Fig. 6)
- Set the height using the UP/DOWN buttons and confirm selection by pressing the SET button. The last parameter to set will immediately start flashing on the display: age. The age must fall between 6 and 100 years (Fig. 7).
- Set the age using the UP/DOWN buttons and confirm selection by pressing the SET button.

The procedure for setting the first profile that can be memorised is now complete.
It is possible to store up to 10 profiles, or change the parameters whenever necessary, by repeating all of the steps described above.

NOTE
If you make a mistake during the programming, repeat the steps from the selection of the personal profile.

Weight and body fat measuring

The scales can be used like normal scales.
- Position the scales on a flat stable surface.
- Step onto the scales while still turned off and wait for your weight to be measured. The measured value flashes on the display. The scales automatically turn off after you step off of them.

To also view the percentage of fat mass and the other values after having set all of your personal data, proceed as follows:
- Press the SET button and call up the set profile (from P0 to P9) using the UP/DOWN buttons.
- The display will show the data regarding the selected profile and "0.0" will appear immediately afterwards (Fig. 8). The scales are now ready to be used.

ATTENTION

Do not step onto the scales when they are damp or if your feet are wet or damp as you could slip.
To avoid possible falls or injuries, do not step onto the scales plate edge.

NOTE
To ensure accurate measurement, step onto the scales with bare feet and make sure you correctly place your feet in contact with the metal strip of the sensors (2). Make sure your feet do not touch each other. Only in this way the sensors will function correctly and the scales will provide the data relating to body fat percentage, body water percentage and the following values. If you step onto the scales before "0.0" appears, the scales do not take the measurement. If you do not step onto the scales within about 8 seconds from when "0.0" appears, the scales automatically turn off.

The weight value appears in the centre of the display. Stay on the scales to get

the other values. The indicator (o) will scroll from left to right on the display to show that the scales are calculating the other values. At this point the percentage of fat mass (% fat), body hydration (% TBW), muscles (%), bone weight (kg), the calorific value (KCAL) and the body mass index (BMI) will appear in succession on the display.

NOTE
Do not step down from the scales until the fat mass (% fat) and body hydration (% TBW) have been displayed. The indication of the weight and of the other detected values are repeated twice. Then the appliance turns off automatically.

Read the evaluation of the percentage data measured by the scales in the following tables while also referring to age and sex.

Comparison table for the fat mass percentage values

Age	Man			
	underweight	medium	overweight	obese
6-30	<16.4	16.5 - 22.0	22.1 - 30.4	>30.5
31-60	<17.0	17.1 - 22.4	22.5 - 31.4	>31.5
61-80	<17.6	17.7 - 23.0	23.1 - 32	>32.1

Age	Woman			
	underweight	medium	overweight	obese
6-30	<13.6	13.7 - 18.0	18.1 - 26.4	>26.5
31-60	3.0 - 14.0	14.1 - 18.6	18.7 - 27	>27.1
61-80	3.0 - 14.4	14.5 - 19.0	19.1 - 28	>28.1

Comparison table for the body hydration percentage values

Age	Man			
	low	medium	high	muscles
10-15	<57.0	57.0-67.0	>67.0	>44
16-30	<47.0	47.0-57.0	>57.0	
31-60	<42.0	42.0-52.0	>52.0	
61-80	<37.0	37.0-47.0	>47.0	

Age	Woman			
	low	medium	high	muscles
10-15	<58.0	58.0-72.0	>72.0	>46
16-30	<53.0	53.0-67.0	>67.0	
31-60	<47.0	47.0-61.0	>61.0	
61-80	<42.0	42.0-56.0	>56.0	

Comparison table for the bone weight values

	Woman			Man		
Weight	<45kg	45-60kg	>60kg	<60kg	60-75kg	>75kg
weight of bone	5.8kg	6.2kg	6.5kg	6.5kg	6.9kg	7.2kg

Remember that the measuring of the weight and the determination of the other values are based on standardised and calculated measuring methods with formulas perfected by in-depth scientific studies.
Habits and lifestyle affect the water levels, as well as the following factors:
- After a bath, the measures can be lower.
- After a meal or a drink, the measures can be higher.
- During the menstrual periods, the measures can fluctuate or be less precise.
- In case of illness or during a period of great physical activity, there can be a loss of water due to perspiration and dehydration.

Battery replacement

When the battery is dead, "LO" appears on the display. Immediately replace the battery to ensure an accurate measurement. If the scales do not turn on during use, it is necessary to replace the battery by removing it from its housing and putting in a new one, as described in the paragraph on battery installation.

NOTE
Removing the battery does not delete the stored settings.

Error messages

The scales may display some error messages:

Message on display	Meaning
LO	Low batteries
ERR	Weight exceeds 180 kg
Err2	The body fat and body water percentages cannot be calculated (if the body fat percentage is less than 5% or higher than 75%, the reading cannot be accurate). The measuring sensors are not working correctly. Try to position yourself correctly and if the error persists, clean the sensors.

Remove the battery for a few moments and put it back into place if there is any other error message or malfunctioning of the display.

CLEANING AND MAINTENANCE

Clean the scales with a soft dry cloth.
Do not attempt to disassemble the scales plate.
Use alcohol in order to clean the sensors and a glass cleaner (applied to a cloth first) in order to keep them shiny. Soaps are not allowed.

ATTENTION

Never use acid solutions or abrasives.
Never immerse your scales in water or other liquids.

INFORMATION FOR USERS

In accordance with European Directives 2002/95/EC, 2002/96/EC and 2003/108/EC on the restriction of the use of dangerous substances in electric and electronic equipment as well as their waste disposal"

The barred symbol of the rubbish bin shown on the equipment indicates that, at the end of its useful life, the product must be collected separately from other waste.
The adequate separate collection for the subsequent start-up of the equipment sent to be recycled, treated and disposal of in an environmentally compatible way contributes to preventing possible negative effects on the environment and health and optimises the recycling and reuse of components making up the apparatus.
Therefore, any products that have reached the end of their useful life must be given to waste disposal centres specialising in separate collection of waste electrical and electronic equipment, or given back to the retailer at the time of purchasing new similar equipment, on a one for one basis.
Abusive disposal of the product by the user involves application of the administrative sanctions according to the laws in force.

• • • FRANÇAIS

PRESCRIPTIONS DE SECURITE

Le présent livret d'instructions fait partie intégrante de l'appareil et doit être lu attentivement avant l'utilisation car il fournit des indications importantes concernant la sécurité d'installation, d'utilisation et d'entretien. Il doit être conservé avec soin.

- Après avoir enlevé l'emballage, s'assurer de l'intégrité de l'appareil. En cas de doute n'utilisez pas l'appareil et adressez-vous à un centre d'assistance autorisé par TERMOZETA.
- Ne pas laisser les éléments de l'emballage (sacs en plastique, polystyrène expansé, clous etc...) à la portée des enfants ou des personnes aux capacités mentales réduites car ils représentent une source potentielle de danger.
- Cet appareil ne doit servir que de pèse-personne à usage domestique. Tout autre usage est impropre.
- TERMOZETA décline toute responsabilité en cas de préjudices causéspar un usage impropre, erroné ou déraisonnable.
- Pour les réparations ne vous adressez qu'à un Service après-venteautorisé par l'entreprise et exigez des pièces détachées originales.
- Si vous décidez de ne plus utiliser l'appareil, nous vous recommandons de rendre inoffensives les parties de l'appareils susceptibles de représenter un danger, surtout pour les enfants qui pourraient s'en servir pour jouer.
- Pour éliminer l'appareil et les batteries, respectez les normes en vigueur dans votre lieu de résidence.
- Cher client, merci de nous avoir choisi en sélectionnant Body Control 5000, le pèse-personne au design extrêmement moderne.
- Body Control 5000 exploite une technologie de pointe qui vous permettra de connaître immédiatement votre poids, votre masse graisseuse et le pourcentage d'eau contenue dans votre corps. Grâce à des capteurs de détection spéciaux et à des éléments connus, comme votre sexe, votre âge et votre taille, votre Body Control 5000 vous aidera à conserver votre poids idéal.

INSTRUCTIONS

ATTENTION

Nous recommandons aux porteurs de pace-makers ou d'autres dispositifs médicaux électroniques de NE PAS utiliser ce pèse-personne car il risquerait de nuire à leur bon fonctionnement.

NOTE
Nous déconseillons de l'utiliser aux:

- patients suivant un traitement de dialyse
- femmes enceintes
- athlètes suivant plusieurs heures d'entraînement
- personnes de moins de 6 ans ou de plus de 100 ans

Les mesures prises par cette appareil ne sont qu'indicatives et dépourvues de toute valeur médicale. Nous vous recommandons de consulter un médecin avant d'entreprendre tout régime.

Introduction de la batterie

La balance est fournie sans pile. Utiliser une pile de 3V du type CR2032. Disposer la balance avec la partie arrière relevée afin d'avoir accès au logement de la pile. Enlever la plaque de fermeture (Fig. 3). Insérer la pile en respectant sa polarité.

NOTE
Si on projette de ne pas utiliser l'appareil pendant longtemps, retirer la batterie.

Positionnement

Placez l'appareil à l'abri de la chaleur et de l'humidité, dans un lieu parfaitement sec et frais.
Positionner le pèse-personne sur une surface solide, plate et sans vibrations afin d'assurer une mesure sûre et précise.
Placer la balance dans un endroit non exposé à la lumière directe du soleil, pas excessivement humide ni excessivement chaud. Placer la balance à distance des appareils qui produisent de la chaleur.

Caracteristiques

La balance Body Control 5000 permet de mesurer le poids (kg, lb, st:lb), le pourcentage de masse grasse (% fat), le taux d'hydratation corporel (% TBW), de la musculature (%), la masse osseuse (kg), la valeur calorique (KCAL) et l'indice de masse corporelle (BMI).
Les données personnelles (sexe, âge, taille) peuvent être programmées et mémorisées dans des profils spéciaux (P0, P1 etc...).
La fonction de désactivation automatique, pendant la programmation, s'active après 8 secondes si les touches ou les boutons ne sont pas pressés.
A la fin du mesurage, après avoir indiqué les résultats pour deux fois, le pèse-personne se désactive automatiquement.
La balance possède également des fonctions permettant d'avertir l'utilisateur lorsque la pile est déchargée et lorsque le poids maximal autorisé (180 Kg) est dépassé.

Configurations du pese-personne

Avant d'utiliser la balance, il faut régler l'unité de mesure désirée (libbre - lb, "stones" - st, kilogrammes - kg). Appuyer sur la touche SET. La balance s'allume. Attendre que la valeur "0.0" apparaisse. Appuyer sur UP/DOWN pour régler l'unité de mesure désirée.
Pour que le pourcentage de masse grasse et les autres valeurs apparaissent à leur tour, il faut entrer ses propres données (sexe, âge, taille) dans un des 10 profils disponibles, qui vont de P0 à P9, en suivant les indications:
- Appuyer sur la touche SET. Le premier paramètre à établir commence à clignoter: profil P0 (Fig. 4).
- Agir sur les touches UP/DOWN et sélectionner la position de la mémoire puis confirmer en appuyant sur la touche SET. Le deuxième paramètre à sélectionner clignotera immédiatement sur l'écran: sexe (homme / femme) (Fig. 5).
- Sélectionner le sexe (homme / femme) à l'aide des touches UP/DOWN et confirmer la sélection en appuyant sur la touche SET. De la même façon que pour le point précédent, le paramètre à sélectionner se met à clignoter sur l'écran: taille (cm / ft:in) (Fig. 6)
- Entrer la taille au moyen des touches UP/DOWN et confirmer en appuyant sur la touche SET. Le dernier paramètre à selectionner clignotera sur l'écran: âge. L'âge doit être compris entre 6 et 100 ans (Fig. 7).
- Entrer l'âge au moyen des touches UP/DOWN et confirmer en appuyant sur la touche SET.

La procédure pour établir le premier profil mémorisable est terminée.
En reprenant la même procédure que celle décrite aux points précédents, on peut mémoriser un maximum de 10 profils ou modifier les paramètres si nécessaire.

NOTE
Si on fait une erreur pendant la programmation, il faut répéter les passages à partir de la mémorisation du profil personnel.

Lecture du poids et detection de la masse graisseuse

La balance peut être utilisée comme une balance normale.
- Positionner le pèse-personne sur une surface horizontale et stable.
- Monter sur la balance lorsqu'elle est éteinte et attendre que le poids soit détecté. La valeur lue clignote sur l'écran. La balance s'éteint automatiquement lorsque l'utilisateur descend.

Pour que le pourcentage de masse grasse et les autres valeurs apparaissent à leur tour après avoir entré ses propres données, procéder de la manière suivante:
- Appuyer sur la touche SET et revenir sur le profil configuré (de P0 à P9) en agissant sur les touches UP/DOWN.
- L'écran affiche les données correspondant au profil sélectionné, suivies de l'inscription "0.0" (Fig. 8). A ce point le pèsepersonne est prêt pour être utilisé.

ATTENTION

Ne pas monter sur la balance quand elle est mouillée ou avec les pieds mouillés ou humides sous peine de risquer de glisser.
Pour éviter des chutes ou des dommages possibles, ne pas monter sur l'extrémité de la surface pèse-personne.

NOTE
Pour obtenir un résultat précis, il faut monter pieds nus sur la balance et bien les positionner, de sorte qu'ils touchent la bande métallique des détecteurs (2). Faire attention à ne pas faire entrer les pieds en contact entre eux. Seulement de cette façon les capteurs fonctionnent correctement et le pèse-personne fournit les données relatives au pourcentage de masse graisseuse et d'hydratation corporelle et les autres valeurs. Si on monte sur la balance avant que le "0.0" s'affiche, la balance n'effectue pas la mesure. De plus, si on ne monte pas sur la balance dans un délai de 8 secondes suivant l'affichage du "0.0", la balance s'éteint automatiquement.

La valeur du poids apparaît dans la partie centrale de l'écran. Rester sur la balance pour que les autres valeurs s'affichent. L'indicateur (o) se déplace de la gauche à la droite de l'écran pour indiquer que la balance est en train de calculer les autres valeurs. Sur l'écran, plusieurs mesures se succèdent telles que le pourcentage de la masse grasse (% fat), d'hydratation corporelle (% TBW), musculaire (%), de la masse osseuse (kg), la valeur calorique (KCAL) et l'indice de masse corporelle (BMI).

NOTE
Ne pas descendre de la balance tant que le pourcentage de masse grasse (% fat) et d'hydratation corporelle (% TBW) ne s'est pas affiché. L'indication du poids et les autres valeurs détectées sont répétées deux fois. Ensuite l'appareil s'éteint automatiquement.

Lire l'évaluation des données pourcentages détectées par la balance figurant dans les tableaux suivants en se référant toujours à l'âge et au sexe.

Tableau de comparaison des valeurs pourcentage de la masse grasse

Age	Homme			
	sous-poids	moyen	surpoids	obèse
6-30	<16.4	16.5 - 22.0	22.1 - 30.4	>30.5
31-60	<17.0	17.1 - 22.4	22.5 - 31.4	>31.5
61-80	<17.6	17.7 - 23.0	23.1 - 32	>32.1

Age	Femme			
	sous-poids	moyen	surpoids	obèse
6-30	<13.6	13.7 - 18.0	18.1 - 26.4	>26.5
31-60	3.0 - 14.0	14.1 - 18.6	18.7 - 27	>27.1
61-80	3.0 - 14.4	14.5 - 19.0	19.1 - 28	>28.1

Tableau de comparaison des valeurs pourcentage d'hydratation corporelle

Age	Homme			
	petit	moyen	grand	musculature
10-15	<57.0	57.0-67.0	>67.0	>44
16-30	<47.0	47.0-57.0	>57.0	
31-60	<42.0	42.0-52.0	>52.0	
61-80	<37.0	37.0-47.0	>47.0	

Age	Femme			
	petit	moyen	grand	musculature
10-15	<58.0	58.0-72.0	>72.0	>46
16-30	<53.0	53.0-67.0	>67.0	
31-60	<47.0	47.0-61.0	>61.0	
61-80	<42.0	42.0-56.0	>56.0	

Tableau de comparaison des valeurs du poids de la masse osseuse

	Femme			Homme		
Poids	<45kg	45-60kg	>60kg	<60Kg	60-75Kg	>75Kg
poids os	5,8kg	6,2kg	6,5kg	6,5Kg	6,9Kg	7,2Kg

On rappelle que la mesure du poids et la détermination des autres valeurs se basent sur des méthodes de mesure standardisées et calculées avec des formules mises au point par des études scientifiques approfondies.
Les habitudes et le style de vie affectent le niveau d'hydratation, ainsi que les facteurs suivants:
- Après un bain, les mesures peuvent être plus basses.
- Après avoir mangé ou bu les mesures peuvent être plus élevées.
- Pendant les périodes menstruelles, la mesure peut être fluctuante ou peu précise.
- Pendant une maladie ou une activité physique intense il peut y avoir une perte d'hydratation due à la sudation intense et à la déshydratation.

Remplacement de la pile

Quand la plie est déchargée, le message "LO" s'affiche sur l'écran. Remplacer immédiatement la pile pour assurer une mesure précise. Si la balance ne s'allume pas, il faut remplacer la pile. Pour cela, la retirer de son logement et en placer une neuve, comme expliqué au paragraphe concernant l'introduction de la pile.

NOTE
Le retrait de la pile n'entraine pas l'effacement des données programmées en mémoire.

Messages d'erreur

L'écran du pèse-personne peut visualiser quelques messages d'erreur:

Message sur l'écran	Signification
LO	Indicateur de pile usée
ERR	Poids dépassant 180 Kg
Err2	Les pourcentages de masse graisseuse et d'hydratation corporelle ne peuvent pas être calculés (si le pourcentage de masse graisseuse est inférieur à 5% ou supérieur à 75%, la détection n'est pas soignée). Les capteurs ne détectent correctement les valeurs. Essayer de se placer correctement. Si l'erreur persiste, nettoyer les détecteurs.

Pour tous les autres messages d'erreur ou les défauts de fonctionnement de l'écran, retirer momentanément la pile puis la réintroduire dans son logement.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Nettoyer le pèse-personne avec un chiffon doux et sec.
Ne pas chercher de désassembler la surface du pèse-personne.
Utiliser de l'alcool pour nettoyer les capteurs et un produit pour le nettoyage des verres (appliqué d'abord sur un chiffon) afin de les maintenir brillants.
Ne pas employer de savon.

ATTENTION

Ne jamais utiliser de solutions acides ou abrasives.
Ne jamais plonger le pèse-personne dans l'eau ou dans d'autres substances liquides.

INFORMATIONS AUX USAGERS

Aux termes des Directives Européennes 2002/95/CE, 2002/96/CE et 2003/108/CE, relatives à la réduction de l'utilisation de substances dangereuses dans les appareils électriques et électroniques et à l'élimination des déchets

Le symbole représentant une poubelle barrée reporté sur l'appareil indique que le produit doit être collecté séparément des autres déchets à la fin de sa propre vie.
La collecte sélective adéquate pour la transmission successive de l'appareil qui n'est plus utilisé au recyclage, au traitement et à l'élimination compatible au niveau environnemental, contribue à éviter les effets négatifs possibles sur l'environnement et sur la santé et favorise le recyclage des matériaux dont l'appareil est composé.
L'usager devra donc remettre l'appareil, lorsqu'il ne l'utilisera plus, à des centres adaptés de collecte sélective pour les déchets électroniques et électrotechniques, ou bien il devra le rapporter au revendeur au moment de l'achat d'un nouvel appareil de type équivalent, en raison d'un contre un.
L'élimination illégale du produit par l'usager est passible de l'application de sanctions selon les lois en vigueur.

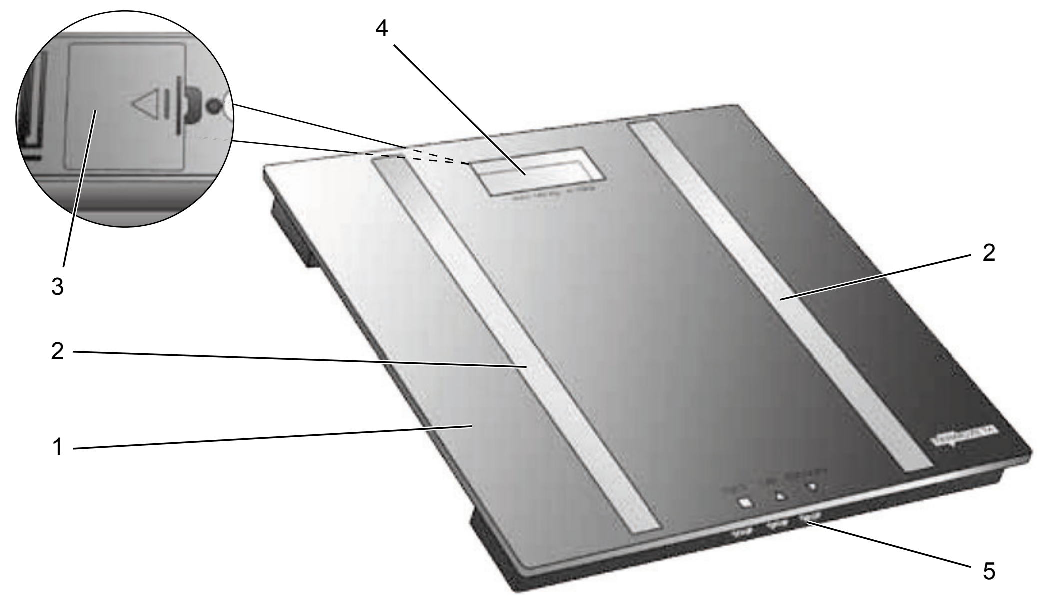


Fig. 1

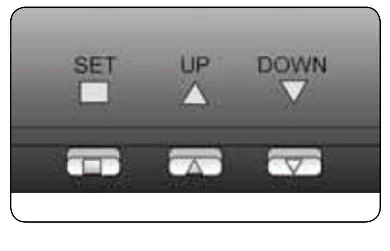


Fig. 2



Fig. 4

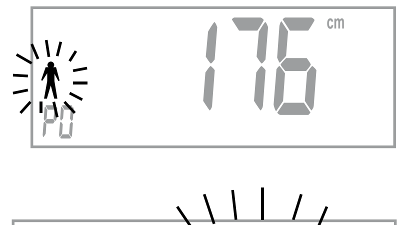


Fig. 5

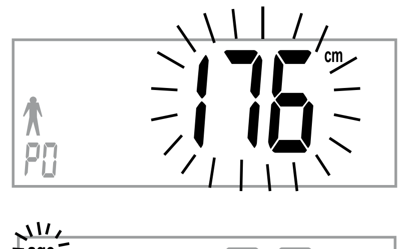


Fig. 6



Fig. 7

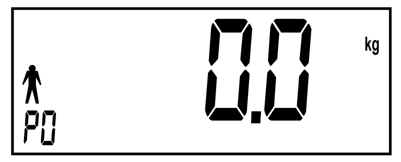
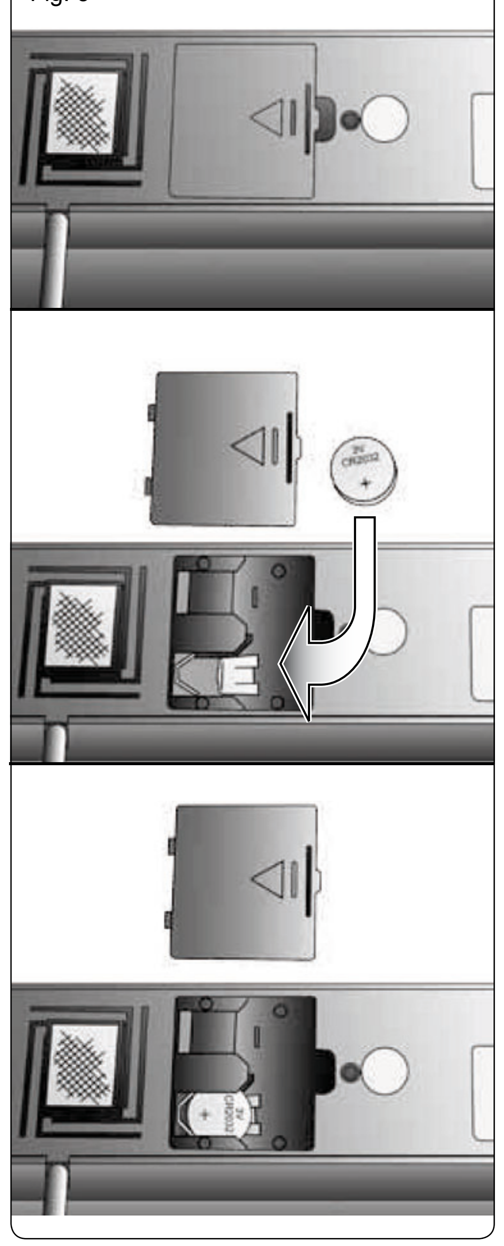


Fig. 8

Fig. 3



DESCRIZIONE (I)

1 Piano bilancia
2 Sensori di rilevazione
3 Sportello batteria
4 Display LCD
5 Tasti selezione

DESCRIPTION (GB)

1 Scales plate
2 Measuring sensors
3 Battery panel
4 LCD display
5 Selection keys

DESCRIPTION (F)

1 Surface pèse-personne
2 Capteurs de détection
3 Volet de la pile
4 Ecran LCD
5 Touches sélection

BESCHREIBUNG (D)

1 Fläche der Waage
2 Sensoren
3 Batterie-Klappe
4 Display LCD
5 Wahltasten

DESCRIPCIÓN (E)

1 Plataforma de la báscula
2 Sensores de detección
3 Tapa de la batería
4 Pantalla LCD
5 Teclas selección

DESCRIÇÃO (P)

1 Plano balança
2 Sensores de detecção
3 Porta da bateria
4 Display LCD
5 Teclas de seleção

SICHERHEITSVORSCHRIFTEN

Dieses Heft ist ein wichtiger Teil des Geräts es muss vor der Benutzung aufmerksam gelesen werden, weil es wichtige Angaben für seine sichere Installation, Benutzung und Wartung liefert. Bewahren sie es sorgfältig auf.

- Kontrollieren Sie nach Entfernen der Verpackung, dass das Gerät unversehrt ist. In Zweifelsfällen benutzen Sie es nicht, sondern wenden Sie sich an einen berechtigten Kundendienst von TERMOZETA.
- Die Verpackungselemente (Plastikbeutel, Polystyrolschaum, Nägel usw.), die eine mögliche Gefahrenquelle darstellen, für Kinder, oder Personen mit eingeschränkten mentalen Fähigkeiten, unzugänglich aufbewahren.
- Dieses Gerät darf ausschließlich als Personenwaage im Haushalt verwendet werden. Alle anderen Verwendungsarten sind als unsachgemäß anzusehen.
- TERMOZETA kann nicht für eventuelle Schäden haftbar gehalten werden, die durch unsachgemäßen, falschen und unvernünftigen Gebrauch verursacht werden.
- Wenden Sie sich für etwaige Reparaturen ausschließlich an eine vom Hersteller autorisierte Kundendienststelle und verlangen Sie die Verwendung von Originalersatzteilen.
- Wenn Sie beschließen, das Gerät nicht mehr zu verwenden, sorgen Sie dafür, dass eventuell gefährliche Geräteteile, vor allem für Kinder, die sie zum Spielen verwenden könnten, unschädlich gemacht werden.
- Für die Entsorgung von Gerät und Batterien beachten Sie bitte die an Ihrem Wohnort geltenden Bestimmungen.
- Sehr geehrter Kunde, wir möchten uns bei Ihnen bedanken, dass Sie sich für den Kauf der Body Control 5000, einer Personenwaage mit extrem modernen Design, entschieden haben.
- Body Control 5000 zeichnet sich durch ihre innovative Technologie aus, die es ermöglicht, Gewicht, Fettmasse und Körperwasseranteil im Handumdrehen festzustellen. Dank spezifischer Sensoren und in Verbindung mit Daten wie Geschlecht, Alter, Körpergröße, hilft Ihnen Ihre Body Control 5000 bei der Beibehaltung Ihres Idealgewichts.

BEDIENUNGSANLEITUNG

ACHTUNG

Personen mit Herzschrittmachern oder anderen elektronischenmedizinischen Instrumenten dürfen diese Waage NICHT verwenden, da sie deren korrekte Funktionsweise beeinträchtigen könnte.

ANMERKUNG

In folgenden Fällen wird ebenfalls von der Verwendung abgeraten:

- Personen in Dialysebehandlung
- schwangere Frauen
- Sportler mit einer hohen Trainingsstundenanzahl
- Personen mit einem Alter von weniger als 6 oder mehr als 100 Jahren

Die von diesem Gerät gemessenen Werte sind Richtwerte und haben keine medizinische Bedeutung. Es wird empfohlen, vor der Aufnahme einer Diät einen Arzt zu konsultieren.

Einsetzen der Batterie.

Die Batterie gehört nicht zum Lieferumfang der Waage. Eine 3V-Batterie des Typs CR2032 verwenden. Um an das Batteriefach gelangen zu können, die Waage mit der Rückseite nach oben positionieren. Das Schließplättchen (Fig. 3) entfernen. Beim Einsetzen der Batterie die Polarität beachten.

ANMERKUNG

Soll das Gerät für eine längere Zeit nicht benutzt werden, muss die Batterie ausgebaut werden.

Positionierung

Stellen Sie das Gerät an einem kühlen, trockenen Ort auf. Vermeiden Sie feuchte, warme Orte.
Die Waage auf eine feste, ebene und schwingungsfreie Fläche positionieren, um eine sichere Vermessung zu gewährleisten.
Die Waage in einem Bereich ohne direkte Sonneneinstrahlung, ohne übermäßige Feuchtigkeit und ohne starke Temperaturschwankungen aufstellen. Die Waage fern von hitzeentwickelnden Geräten aufstellen.

Merkmale

Mit der Waage Body Control 5000 kann das Gewicht (kg, lb, st:lb), der Körper-Fettanteil (% fat), der Körper-Wasseranteil (% TBW), der Muskelanteil (% 💪), die Knochenmasse (kg 🦴), der Kalorienwert (KCAL) und der Body-Mass-Index (BMI) gemessen werden.
Die persönlichen Daten (Geschlecht, Alter, Größe) können vorher eingegeben und in spezifischen Profilen (P0, P1 usw...) gespeichert werden.
Die automatische Ausschaltung während der Programmierung aktiviert sich nach 8 Sekunden, wenn keine Tasten oder Druckknöpfe gedrückt werden.
Am Ende der Messung schaltet sich die Waage automatisch aus, nachdem die Ergebnissezwei Male angezeigt werden.
Außerdem ist die Waage mit einer Funktion ausgestattet, die anzeigt, wenn die Batterie leer ist, und wenn das zulässige Höchstgewicht (180 kg) überschritten ist.

Einstellungen der Waage

Bevor die Waage genutzt wird, muss die gewünschte Maßeinheit (Pfund- lb, "Stone" - st, Kilogramm - kg) eingestellt werden. Die Taste SET drücken. Die Waage schaltet sich ein. Abwarten, bis der Wert «0.0» angezeigt wird. Zum Einstellen der gewünschten Maßeinheit die Tasten UP/DOWN drücken.
Um auch den Körper-Fettanteil und die anderen Werte anzuzeigen, müssen die eigenen Daten (Geschlecht, Alter und Größe) in einem der 10 zur Verfügung stehenden Profile, von P0 bis P9, wie folgt eingegeben werden::

- Die Taste SET drücken. Der erste einzustellende Parameter beginnt, zu blinken: Profil P0 (Fig. 4).
- Mit den Tasten UP/DOWN die gewünschte Speicherposition auswählen und die Auswahl mit Druck auf die Taste SET bestätigen. Nun beginnt auf dem Display der zweite zu wählende Parameter zu blinken: Geschlecht (Mann / Frau) (Fig. 5).
- Mit den Tasten UP/DOWN das Geschlecht (Mann / Frau) eingeben und die Eingabe mit Druck auf die Taste SET bestätigen. Analog zur Beschreibung aus dem vorstehenden Punkt, blinkt jetzt am Display der nächste, auszuwählende Parameter.: Größe (cm / ft:in) (Fig. 6)
- Mit den Tasten UP/DOWN die Größe eingeben und die Eingabe mit Druck auf die Taste SET bestätigen. Auf dem Display blinkt unmittelbar der letze zu wählende Parameter: Alter. Das Alter muss zwischen 6 und 100 Jahren liegen (Fig. 7).
- Mit den Tasten UP/DOWN das Alter eingeben und die Eingabe mit Druck auf die Taste SET bestätigen.

Die Einstellungsprozedur für das erste speicherbare Profil ist nun beendet.
Werden alle oben beschriebenen Schritte wiederholt, können bis zu 10 Profile gespeichert, oder gegebenenfalls die Parameter geändert werden.

ANMERKUNG

Bei Fehler während der Programmierung sind die Verfahren von der Speicherung des persönlichen Profils an zu wiederholen.

Messung von Fettmasse und Körperhydratationsanteil

Die Waage kann als eine normale Waage benutzt werden.

- Stellen Sie die Waage auf eine waagrechte, stabile Fläche.
- Bei ausgeschalteter Waage auf die Waage steigen und abwarten, dass das Gewicht gemessen wird. Der Messwert blinkt am Display. Nach dem Absteigen von der Waage, schaltet sie sich automatisch aus.

Um nach der Eingabe der persönlichen Werte den Körper-Fettanteil und die anderen Werte anzuzeigen, wie folgt vorgehen::

- Die Taste SET drücken und mit den Tasten UP/DOWN das eingegebene Profil (von P0 bis P9) aufrufen.
- Am Display werden die Daten zu gewählten Profil angezeigt, gleich danach erscheint die Anzeige «0.0» (Fig. 8). Die Waage ist betriebereit.

ACHTUNG

Weil eventuell Rutschgefahr besteht, nicht auf die Waage steigen, wenn die Waage nass ist oder die Füße nass oder feucht sind.
Auf das Ende der Fläche der Waage nicht steigen, um Fälle oder Beschädigungen zu vermeiden.

ANMERKUNG

Um eine genaue Messung zu garantieren, muss mit nackten Füßen auf die Waage gestiegen werden. Dabei sicherstellen, dass die Füße richtig mit Kontakt mit dem Metallstreifen der Sensoren (2) positioniert sind. Geben Sie Acht, dass die Füße nicht miteinander in Berührung kommen. Nur auf diese Weise funktionieren die Sensoren korrekt und die Waage liefert die Daten der Fettmasse, Körperhydrationsanteil und die folgenden Werte. Wenn auf die Waage gestiegen wird, bevor «0.0» angezeigt wird, misst die Waage nicht. Außerdem, wenn nicht innerhalb von 8 Sekunden nach Anzeige von «0.0» auf die Waage gestiegen wird, schaltet sich die Waage automatisch aus.

Der Gewichtswert wird im mittleren Bereich am Display angezeigt. Um die anderen Werte zu erhalten, weiter auf der Waage stehen bleiben. Am Display läuft die Anzeige (o) von links nach rechts und zeigt damit an, dass die Waage die anderen Werte berechnet. Jetzt werden am Display nacheinander der Körper-Fettanteil (% fat), der Körper-Wasseranteil (% TBW), der Muskelanteil (% 💪), die Knochenmasse (kg 🦴), der Kalorienwert (KCAL) und der Body-Mass-Index (BMI) angezeigt.

ANMERKUNG

Solange nicht von der Waage absteigen, bis der Körper-Fettanteil (% fat) und der Körper-Wasseranteil (% TBW) angezeigt worden sind. Die Anzeige des Gewichts und die anderen gemessenen Werte werden zwei Mal wiederholt. Danach schaltet sich das Gerät automatisch aus.

Unter Bezugnahme auf Alter und Geschlecht, in der nachstehenden Tabelle die Bewertung der von der Waage gemessenen Prozentwerte ablesen.

Vergleichstabelle für die Werte des Körper-Fettanteils

Alter	Mann			
	Untergewicht	durchschnittlich	Übergewicht	beleibt
6-30	<16.4	16.5 - 22.0	22.1 - 30.4	>30.5
31-60	<17.0	17.1 - 22.4	22.5 - 31.4	>31.5
61-80	<17.6	17.7 - 23.0	23.1 - 32	>32.1

Alter	Frau			
	Untergewicht	durchschnittlich	Übergewicht	beleibt
6-30	<13.6	13.7 - 18.0	18.1 - 26.4	>26.5
31-60	3.0 - 14.0	14.1 - 18.6	18.7 - 27	>27.1
61-80	3.0 - 14.4	14.5 - 19.0	19.1 - 28	>28.1

Vergleichstabelle für die Werte des Körper-Wasseranteils

Alter	Mann			
	niedrig	durchschnittlich	hoch	Muskulatur
10-15	<57.0	57.0-67.0	>67.0	>44
16-30	<47.0	47.0-57.0	>57.0	
31-60	<42.0	42.0-52.0	>52.0	
61-80	<37.0	37.0-47.0	>47.0	

Alter	Frau			
	niedrig	durchschnittlich	hoch	Muskulatur
10-15	<58.0	58.0-72.0	>72.0	>46
16-30	<53.0	53.0-67.0	>67.0	
31-60	<47.0	47.0-61.0	>61.0	
61-80	<42.0	42.0-56.0	>56.0	

Vergleichstabelle für die Werte der Knochenmasse

	Frau			Mann		
Gewicht	<45kg	45-60kg	>60kg	<60Kg	60-75Kg	>75Kg
Gewicht Knochen	5,8kg	6,2kg	6,5kg	6,5Kg	6,9Kg	7,2Kg

Die Messung von Gewicht und den anderen Werten ist auf standardisierten Messmethoden basiert und die Werte werden nach Formeln berechnet, die in intensiven wissenschaftlichen Studien erarbeitet wurden.
Die Gewohnheiten und der Lebensstil haben Einfluß auf den Wasseranteil, so wie folgt angegeben:

- Nach dem Baden können die Angaben geringer sein.
- Nach dem Essen oder Trinken können die Angaben höher sein.
- Während dem Menstruationszyklus können die Angaben unterschiedlich sein oder nicht präzise.
- Während einer Krankheit oder intensiver physischer Aktivität kann aufgrund intensiven Schwitzens ein Wasserverlust vorliegen.

Wechseln der Batterie.

Ist die Batterie entladen, wird am Display die Fehlermeldung «LO» angezeigt. Um eine genaue Messung sicherzustellen, sofort die Batterie wechseln. Falls sich bei der Benutzung die Waage nicht einschalten sollte, muss die Batterie gewechselt werden. Die alte Batterie ausbauen und eine neue Batterie einsetzen. Siehe die Angaben im Absatz zum Einsetzen der Batterie.

ANMERKUNG

Beim Ausbau der Batterie werden die gespeicherten Einstellungen nicht gelöscht.

Fehlermeldungen

Das Display der Waage kann einige Fehlermeldungen anzeigen:

Meldung auf dem Display	Bedeutung
LO	leere Batterie
ERR	Gewicht höher als 180 Kg
Err2	Die Fettmasse- und Körperhydratationsanteile können nicht berechnet werden (wenn der Fettmassenanteil niedriger als 5% oder höher als 75% ist, ist die Messung nicht genau). Die Sensoren erkennen die Werte nicht richtig. Versuchen, sich richtig zu positionieren. Bleibt der Fehler bestehen, die Sensoren reinigen.

Bei anderen Störungs- oder Fehlfunktions-Meldungen am Display, die Batterie kurzzeitig herausnehmen und dann wieder einsetzen.

REINIGUNG UND WARTUNG

Reinigen Sie die Waage nur mit einem weichen, trockenen Tuch.
Nicht versuchen, die Fläche der Waage auszubauen.
Alkohol anwenden, um die Sensoren und ein Reinigungsprodukt für die Gläser (zuerst ist ein Tuch mit diesem Produkt zu tränken) anwenden, um sie glänzend zu halten. Seife nicht anwenden.

ACHTUNG

Verwenden Sie nie säurehaltige oder scheuernde Reinigungsmittel.
Tauchen Sie die Waage nie in Wasser oder andere Flüssigkeiten.

INFORMATIONEN FÜR DIE BENUTZER

Gemäß den Europäischen Richtlinien 2002/95/EG, 2002/96/EG und 2003/108/EG über die Reduzierung der Verwendung gefährlicher Stoffe in elektrischen und elektronischen Geräten, sowie die Abfallentsorgung

Das Symbol der durchgestrichenen Mülltonne auf dem Gerät besagt, dass es am ende seiner Verwendungszeit getrennt von anderen Abfällen entsorgt werden muss.
Der Benutzer muss daher das Gerät nach Beendigung seiner Verwendungsdauer zu geeigneten Sammelstellen für die getrennte Abfallentsorgung von elektrischen und elektronischen Geräten bringen oder es dem Endverkäufer beim Kauf eines neuen Geräts von ähnlicher Art im Verhältnis eins zu eins übergeben.
Die angemessene Abfalltrennung und die darauf folgende Verbringung des aufgelassenen Geräts in den Recyclingkreislauf zur umweltverträglichen Verwertung und Entsorgung tragen dazu bei, mögliche negative Auswirkungen auf die Umwelt und die Gesundheit zu vermeiden und sie begünstigen das Recycling von Materialien, aus denen das Gerät besteht.
Die rechtswidrige Entsorgung des Produktes veranlässt die Verwendung der geltenden Verwaltungssanktionen.

PRESCRIPCIONES DE SEGURIDAD

Este manual es parte integrante del aparato y debe ser leído atentamente antes de su uso, ya que proporciona importantes indicaciones relativas a la seguridad, instalación, uso y mantenimiento. Conservar cuidadosamente.

- Retirar el embalaje y verificar la integridad del aparato. En caso de duda, no utilizarlo y dirigirse a un centro de asistencia autorizado TERMOZETA.
- No hay que dejar los elementos del embalaje (bolsas de plástico, poliestireno expanso, clavos, etc.) al alcance de los niños o de personas con capacidades mentales disminuidas ya que podrían ser fuentes de peligro.
- Este aparato está destinado exclusivamente a un uso doméstico como pesa personas. Cualquier otro uso ha de considerarse impropio.
- TERMOZETA no puede ser considerada responsable de eventuales daños derivados de usos impropios, equivocados y irrazonables.
- Para la eventual reparación dirigirse solamente a un Centro de Asistencia Técnica autorizado por la empresa y pedir el uso de recambios originales.
- Se recomienda, si se decide no utilizar más el aparato, hacer inutilizables aquellas partes del aparato mismo que pueden representar un peligro, especialmente para niños que podrían utilizarlos para los propios juegos.
- Para la eliminación del aparato y de las pilas atenerse a las normas en vigor en su lugar de residencia.
- Estimado cliente, deseamos felicitarle por la preferencia que nos ha concedido al comprar Body Control 5000, una báscula para pesar personas de diseño muy moderno.
- Body Control 5000 está caracterizado por una tecnología novedosa que consiente determinar instantáneamente el propio peso, la masa grasa y el porcentaje de agua contenida en el cuerpo. Gracias a específicos sensores de detección y en combinación con elementos como el sexo, la edad y la altura, su Body Control 5000 les ayudará a mantener su peso forma.

INSTRUCCIONES DE USO

ATENCIÓN

Se recomienda a las personas que llevan un marcapasos u otros dispositivos médicos electrónicos que NO utilicen esta báscula ya que podría interferir con el correcto funcionamiento de dichos dispositivos.

NOTA

También se desaconseja el uso a:

- sujetos sometidos a tratamientos de diálisis
- mujeres embarazadas
- a atletas con un elevado número de horas de entrenamiento
- personas de edad inferior a los 6 años o superior a los 100 años

Los valores detectados por este aparato son indicativos y no tienen valor médico. Se recomienda consultar un médico antes de decidir cualquier régimen.

Introducción de la batería

La batería no está incluida en la compra de la báscula. Utilizar una batería de 3V del tipo CR2032. Colocar la báscula con la parte posterior hacia arriba para tener acceso al alojamiento de la batería. Quitar la placa de cierre (Fig. 3). Introducir la batería respetando las polaridades.

NOTA

Si no se va a utilizar el aparato por un largo periodo de tiempo, quitar la batería.

Colocación

Colocar el aparato en un lugar fresco y seco, evitar lugares húmedos y calientes.
Colocar la báscula sobre una superficie sólida, llana y sin vibraciones para garantizar una medición fiable y precisa.
Colocar la báscula en una zona que no esté expuesta a la luz directa del sol, sin humedad excesiva ni variaciones de temperatura elevadas. Colocar la báscula lejos de aparatos que producen calor.

Características

La báscula Body Control 5000 permite medir el peso (kg, lb, st:lb), el porcentaje de masa grasa (% fat), de hidratación corpórea (% TBW), de musculatura (% 💪), el peso de los huesos (kg 🦴), el valor calórico (KCAL) y el índice de masa corpórea (BMI).
Los datos personales (sexo, edad y altura) se pueden pre-programar y memorizar en perfiles personales (P0, P1, etc.).
La función de apagado automático, durante la programación, se activa trás 8 segundos si no se aprietan teclas o pulsadores.
Al final de la medición, después de haber indicado los resultados dos veces, la báscula se apaga automáticamente.
La báscula, además, está equipada de la función de indicación de batería descargada y de superación del peso máximo admitido (180 Kg).

Programación de la báscula

Antes de utilizar la báscula es necesario programar la unidad de medida deseada (libras - lb, "stones" - st, kilogramos - kg). Presionar el botón SET. La bascula se enciende. Esperar que aparezca el valor „0.0". Presionar UP/DOWN para programar la unidad de medida deseada.
Para visualizar también el porcentaje de masa grasa y los otros valores hay que introducir sus propios datos (sexo, edad y altura) en uno de los 10 perfiles disponibles, de P0 a P9, según las indicaciones siguientes:

- Presionar el botón SET. Empieza a centellear el primer parámetro por configurar: perfil P0 (Fig. 4).
- Presionar los botones UP/DOWN para seleccionar la posición de memoria deseada y confirmar la elección presionando el botón SET. Inmediatamente en el visor digital centelleará el segundo parámetro por seleccionar: sexo (hombre / mujer) (Fig. 5).
- Seleccionar por medio de los botones UP/DOWN el sexo (hombre / mujer) y confirmar la elección presionando el botón SET. Como descrito en el punto precedente, en la pantalla se iluminará el parámetro sucesivo que hay que seleccionar: altura (cm / ft:in) (Fig. 6)
- Programar mediante los botones UP/DOWN la altura y confirmar la elección presionando el botón SET. En la pantalla centelleará el sucesivo parámetro por seleccionar: edad (age). La edad elegida puede ser entre 6 y 100 años (Fig. 7).
- Programar mediante los botones UP/DOWN la edad y confirmar la elección presionando el botón SET.

El procedimiento para configurar el primer perfil memorizable ha terminado.
Repitiendo todos los pasos descritos en los puntos precedentes, es posible memorizar hasta 10 perfiles o, si es necesario, modificar los parámetros.

NOTA

Si se comete un error durante la programación, se deben repetir las fases a partir del almacenamiento del perfil personal.

Lectura del peso y detección de la masa grasa

Se puede utilizar la báscula como una báscula normal.

- Ubicar la báscula en una superficie horizontal y estable.
- Con la báscula apagada, subir y esperar la detección del peso. El valor detectado parpadea en la pantalla. Una vez que se baja, la báscula se apaga automáticamente.

Para visualizar también el porcentaje de masa grasa y los otros valores, después de haber introducido todos los datos personales, proceder como sigue:

- Presionar el botón SET y, con las teclas UP/DOWN, pedir el perfil programado (de P0 a P9).
- La pantalla enseña los datos relativos al perfil seleccionado y, justo después, aparece escrito "0.0" (Fig. 8). Ahora la báscula está lista para ser utilizada.

ATENCIÓN

No subir en la báscula cuando está mojada, o si se tienen los pies mojados o húmedos, porque se podría resbalar.
Para evitar posibles caídas o daños, no subirse a la extremidad de la plataforma de la báscula.

NOTA

Para garantizar una medida exacta, hay que subir a la báscula con los pies desnudos, y colocar correctamente los pies en contacto con la banda metálica de los sensores (2). Cuidado a que los pies no estén en contacto entre ellos. Sólo de esta manera los sensores funcionan correctamente y la báscula

provee datos relativos al porcentaje de masa grasa, de hydratación corpórea y los demás. Si se sube en la báscula antes de la aparición de los caracteres "0.0", la báscula no efectúa la medida. Además, si no se sube a la báscula en menos de 8 segundos desde la aparición de „0.0", la báscula se apaga automáticamente.

El valor del peso aparece en la parte central de la pantalla. Para obtener los otros valores, permanecer subido en la báscula. En la pantalla, el indicador (o) se desplazará de izquierda a derecha para indicar que la báscula está calculando los otros valores. Entonces, en la pantalla aparecen en sucesión el porcentaje de masa grasa (% fat), de hidratación corpórea (% TBW), de musculatura (% 💪), el peso de los huesos (kg 🦴), el valor calórico (KCAL) y el índice de masa corpórea (BMI).

NOTA

No bajar de la báscula hasta que no haya indicado el porcentaje de masa grasa (% fat) y de hidratación corpórea (% TBW). La indicación del peso y los otros valores detectados se repiten dos veces. Sucesivamente el dispositivo se apaga automáticamente.

Leer, en las tablas siguientes, la evaluación de los datos porcentuales detectados por la báscula, refiriéndose siempre a la edad y al sexo.

Tabla de comparación para los valores de porcentaje de masa grasa

Edad	Hombre			
	peso inferior a lo normal	mediano	sobrepeso	obeso
6-30	<16.4	16.5 - 22.0	22.1 - 30.4	>30.5
31-60	<17.0	17.1 - 22.4	22.5 - 31.4	>31.5
61-80	<17.6	17.7 - 23.0	23.1 - 32	>32.1

Edad	Mujer			
	peso inferior a lo normal	mediano	sobrepeso	obeso
6-30	<13.6	13.7 - 18.0	18.1 - 26.4	>26.5
31-60	3.0 - 14.0	14.1 - 18.6	18.7 - 27	>27.1
61-80	3.0 - 14.4	14.5 - 19.0	19.1 - 28	>28.1

Tabla de comparación para los valores de porcentaje de hidratación corpórea

Edad	Hombre			
	bajo	mediano	alto	musculatura
10-15	<57.0	57.0-67.0	>67.0	>44
16-30	<47.0	47.0-57.0	>57.0	
31-60	<42.0	42.0-52.0	>52.0	
61-80	<37.0	37.0-47.0	>47.0	

Edad	Mujer			
	bajo	mediano	alto	musculatura
10-15	<58.0	58.0-72.0	>72.0	>46
16-30	<53.0	53.0-67.0	>67.0	
31-60	<47.0	47.0-61.0	>61.0	
61-80	<42.0	42.0-56.0	>56.0	

Tabla de comparación para los valores de peso de los huesos

	Mujer			Hombre		
Peso	<45kg	45-60kg	>60kg	<60Kg	60-75Kg	>75Kg
peso huesos	5,8kg	6,2kg	6,5kg	6,5Kg	6,9Kg	7,2Kg

Recordamos que la medición del peso, y el cálculo de los otros valores se basa sobre métodos de medición estándardizados y calculados con fórmulas puestas a punto de exhaustivos estudios científicos.
Los hábitos y el estilo de vida influyen sobre el nivel de hidratación, así como los elementos siguientes:

- Trás un baño, las estimaciones pueden ser más bajas.
- Después de comer o beber las detecciones de los valores pueden ser más altas.
- Durante el período menstrual, la estimación puede ser fluctuante o poco precisa.
- Durante una enfermedad o una actividad física intensa puede registrarse una pérdida de hidratación debida a la intensa sudoración y a la deshidratación.

Sustitución de la batería

Cuando la batería está descargada, en la pantalla aparece el mensaje „LO". Sustituir en seguida la batería para asegurar una medida exacta. Si durante el uso, la báscula no se enciende, es necesario cambiar la batería sacándola de su alojamiento e introducir una nueva, como se explica en el párrafo dedicado a la introducción de la batería.

NOTA

Quitar la batería no provoca la cancelación de las programaciones memorizadas.

Mensajes de error

La pantalla de la báscula puede visualizar algunos mensajes de error:

Mensaje en el visor digital	Significado
LO	Indicador de pila agotada
ERR	Peso excedente los 180 Kg
Err2	Los porcentajes de masa grasa y de hidratación corpórea no pueden ser calculadas (si el porcentaje de masa grasa es inferior a 5% o superior a 75%, la detección no es precisa). Los sensores no detectan correctamente los valores. Colocarse correctamente y, si el error permanece, limpiar los sensores.

Para cualquier otro mensaje de error o mal funcionamiento de la pantalla, sacar la batería por unos instantes y volver a introducirla en su alojamiento.

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

Limpiar la báscula sólo con un paño suave y seco.
No intentar desmontar la plataforma de la báscula.
Utilizar alcohol para limpiar los sensores y un producto que se usa para limpiar los vidrios (aplicado sobre un paño) para mantenerlos brillantes. No utilizar jabón.

ATENCIÓN

No utilizar nunca soluciones ácidas o sustancias abrasivas.
No sumergir nunca la báscula en agua u en otras sustancias líquidas.

INFORMACIÓN A LOS USUARIOS

Según las Directrices Europeas 2002/95/CE, 2002/96/CE y 2003/108/CE, relativas a la reducción del uso de sustancias peligrosas en los aparatos eléctricos y electrónicos, además del desecho de los residuos

El símbolo tachado del contenedor que se encuentra en el aparato indica que el producto, al final de su vida útil, deberá depositarse en un lugar separado de los demás residuos.
Por lo tanto, el usuario deberá entregar el aparato, cuando deje de utilizarse, a los adecuados centros de recogida diferenciada de residuos electrónicos y electrotécnicos, o deberá devolverlo al vendedor en el momento de compra de un nuevo aparato de tipo equivalente, uno a cambio de otro.
La adecuada recogida diferenciada del aparato inutilizado para el sucesivo reciclaje, tratamiento y desecho ambientalmente compatibles, contribuye a evitar posibles efectos negativos en el medioambiente y en la salud, y favorece el reciclaje de los materiales de los que se compone el aparato.
El desecho abusivo del producto por parte del usuario implica la aplicación de las sanciones previstas por la ley.

PRESCRIÇÃO DE SEGURANÇA

O presente manual é parte integrante do aparelho e deve ser lido com atenção antes da utilização, porque fornece importantes indicações referentes à segurança de instalação, de uso e de manutenção. Conservar com cuidado.

- Após ter tirado a embalagem, deve-se ter a certeza de que o aparelho esteja integro. Em caso de dúvida não deve ser utilizado e deverá dirigir-se a um centro de assistência autorizado TERMOZETA.
- Não deixe os elementos da embalagem (sacos de plástico, polistireno expandido, pregos, etc...) ao alcance de crianças ou pessoas com capacidades mentais reduzidas por serem potenciais fonte de perigo.
- Este aparelho é destinado exclusivamente a uso doméstico para pesar pessoas. Qualquer outro uso deve ser considerado impróprio.
- TERMOZETA não pode ser considerada responsável por eventuais danos decorrentes de usos impróprios, errados e irracionais.
- Para a eventual reparação contatar somente um Centro de Assistência Técnica Autorizado da empresa e pedir o uso de peças de reposição originais.
- Se o aparelho for inutilizado, recomenda-se para tornar inócuas as partes do aparelho suscetíveis de constituir um perigo, especialmente para crianças que poderão usar o aparelho para as próprias brincadeiras.
- Para a eliminação do aparelho e das baterias respeitar as normas vigentes no próprio lugar de residência.
- Prezado Cliente, desejamos agradecer sua preferência em adquirir Body Control 5000, uma balança com um design extremamente moderno.
- Body Control 5000 é caracterizada por uma tecnologia inovadora que permite de determinar instantaneamente o próprio peso, a massa gorda e a taxa de água contida no corpo. Graças a sensores específicos de detecção e combinados com elementos tais como o sexo, a idade e a altura, a sua Body Control 5000 será de grande ajuda para manter o próprio peso forma.

INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO

ATENÇÃO

Aos portadores de marca-passo ou de outros dispositivos médicos eletrônicos, recomenda-se para NÃO usar esta balança porque poderá interferir no funcionamento correto dos mesmos.

NOTA

Desaconselha-se também o uso para:

- sujeitos submetidos a tratamentos de diálise
- mulheres grávidas
- para atletas com um número elevado de horas de treinamento
- pessoas de idade inferior a 6 anos, ou superior a 100

Os valores detectados por este aparelho são indicativos e não têm valor médico. Recomenda-se para consultar um médico antes de programar qualquer tipo de dieta.

Colocação da bateria

A bateria não é fornecida com a balança. Utilize uma bateria de 3V tipo CR2032. Posicione a balança com a parte inferior voltada para cima para poder ter acesso ao alojamento da bateria. Remover a tampa (Fig. 3). Insira a bateria respeitando a polaridade.

NOTA

Caso não deseje utilizar o aparelho por um longo período de tempo, remova a bateria.

Posicionamento

Colocar o aparelho em lugar fresco e seco, evitar locais úmidos e quentes.
Posicionar a balança sobre uma superfície sólida, plana e sem vibrações para garantir uma medição segura e cuidada.
Posicione a balança em uma área não exposta à luz directa do sol, com excessiva humidade ou grandes mudanças de temperatura. Posicione a balança longe de aparelhos que produzem calor.

Características

A balança Body Control 5000 permite medir o peso (kg, lb, st:lb), a percentagem de massa gorda (% fat), de hidratação corporal (% TBW), de musculatura (% 💪), o peso ósseo (kg 🦴), o valor calórico (KCAL) e o índice de massa corporal (BMI).
Os dados pessoais (sexo, idade e altura) podem ser programados e memorizados em perfis específicos (P0, P1 ecc...).
A função de apagamento automático, durante a programação, se activa depois de 8 segundos se não são premidos os botões.
No final da medição, depois de ter indicado os resultados dois vezes, a balança apaga-se automaticamente.
Além disso, a balança é dotada da função que sinaliza quando a bateria está descarregada e quando foi superado o peso máximo permitido (180 Kg).

Configuração da balança

Antes de utilizar a balança, é necessário programar a unidade de medida desejada (libras - lb, "stones" - st, quilogramas - kg). Prima a tecla SET. Balança ligada. Aguarde até quando for mostrado o valor "0.0". Prima UP/DOWN para programar a unidade de medida desejada.
Para visualizar também a percentagem de massa gorda e os outros valores, deve-se inserir os próprios dados (sexo, idade e altura) em um dos 10 perfis disponíveis, de P0 a P9, conforme as seguintes indicações:

- Prima a tecla SET. Inicia a lampejar o primeiro parâmetro a configurar: perfil P0 (Fig. 4).
- Use as teclas UP/DOWN e seleccione a posição de memória desejada e, enfim, confirme a escolha premendo a tecla SET. Imediatamente lampejará no display o segundo parâmetro a seleccionar: sexo (homem / mulher) (Fig. 5).
- Seleccione, através das teclas UP/DOWN o sexo (homem / mulher) e confirme a escolha premendo a tecla SET. Analogamente ao que foi descrito no item anterior, no display será visualizado, de modo intermitente, o parâmetro sucessivo a ser seleccionado: altura (cm / ft:in) (Fig. 6)
- Programe, com as teclas UP/DOWN, a altura e confirme a escolha premendo a tecla SET. Imediatamente lampejará no display o último parâmetro para seleccionar: idade (age). A idade deve estar contida entre 6 e 100 anos (Fig. 7).
- Programe, com as teclas UP/DOWN, a idade e confirme a escolha premendo a tecla SET.

O procedimento para configurar o primeiro perfil memorizável terminou.
Repetindo todos os passos descritos nos itens anteriores, é possível memorizar até 10 perfis ou, se necessário, modifique os parâmetros.

NOTA

Se comete-se um erro durante a programação, é necessário repetir as passagens a partir da memorização do perfil pessoal.

Leitura do peso edetecção da massa gorda

A balança pode ser usada como uma balança normal.

- Posicionar a balança sobre uma superfície horizontal e estável.
- Com a balança desligada, deve-se subir na mesma e aguardar a leitura do peso. O valor lido é mostrado no display de modo intermitente. Após descer da balança, esta desliga-se automaticamente.

Para visualizar também a percentagem de massa gorda e os outros valores, apos ter inserido todos os dados pessoais, deve-se:

- Prima a tecla SET e procure, com as teclas UP/DOWN, o perfil programado (de P0 a P9).
- O display mostra os dados relativos ao perfil seleccionado e, logo em seguida, surge a mensagem "0.0" (Fig. 8). A este ponto a balança é pronta para ser utilizada.

ATENÇÃO

Não suba na balança com os pés molhados ou úmidos ou quando esta estiver molhada para evitar escorregões.
Para evitar eventuais quedas ou danos, não subir na extremidade do plano da balança.

NOTA

Para garantir uma medição exacta, deve-se subir na balança com os pés descalços, certificando-se que posicionou correctamente os pés em contacto com a faixa metálica dos sensores (2). Prestar atenção para não deixar os pés entrarem em contato entre si. Somente desta maneira os sensores funcionam

corretamente e a balança fornece os dados relativos à massa gorda, à taxa de hidratação corpórea e os sucessivos. Se subirmos na balança antes que apareça a mensagem "0.0", a balança não efectuará a medição. Além disso, se não subir na balança no intervalo de aprox. 8 segundos, a partir do momento em que surgir a escrita "0.0", a balança desliga-se automaticamente.

O valor do peso é mostrado na parte central do display. Para obter outros valores, permaneça sobre a balança. No display, o indicador (o) correrá da esquerda para a direita para indicar que a balança está a calcular os outros valores. No display serão mostrados, em sequência, a percentagem de massa gorda (% fat), de hidratação corporal (% TBW), de musculatura (% 💪), o peso ósseo (kg 🦴), o valor calórico (KCAL) e o índice de massa corporal (BMI).

NOTA

Não desça da balança enquanto não for indicada a percentagem de massa gorda (% fat) e de hidratação corporal (% TBW). A indicação do peso e os outros valores relevados são repetidas durante dois vezes. De seguida a aparelhagem apaga-se automaticamente.

Leia, nas seguinte tabelas, a avaliação dos dados percentuais lidos pela balança, referindo-se também à idade e ao sexo.

Tabela de comparação para os valores de percentagem de massa gorda

Idade	Homens			
	abaixo do peso	médio	acima do peso	obeso
6-30	<16.4	16.5 - 22.0	22.1 - 30.4	>30.5
31-60	<17.0	17.1 - 22.4	22.5 - 31.4	>31.5
61-80	<17.6	17.7 - 23.0	23.1 - 32	>32.1

Idade	Mulheres			
	abaixo do peso	médio	acima do peso	obeso
6-30	<13.6	13.7 - 18.0	18.1 - 26.4	>26.5
31-60	3.0 - 14.0	14.1 - 18.6	18.7 - 27	>27.1
61-80	3.0 - 14.4	14.5 - 19.0	19.1 - 28	>28.1

Tabela de comparação para os valores da taxa de hidratação corporal

Idade	Homens			
	baixo	médio	alto	musculatura
10-15	<57.0	57.0-67.0	>67.0	>44
16-30	<47.0	47.0-57.0	>57.0	
31-60	<42.0	42.0-52.0	>52.0	
61-80	<37.0	37.0-47.0	>47.0	

Idade	Mulheres			
	baixo	médio	alto	musculatura
10-15	<58.0	58.0-72.0	>72.0	>46
16-30	<53.0	53.0-67.0	>67.0	
31-60	<47.0	47.0-61.0	>61.0	
61-80	<42.0	42.0-56.0	>56.0	

Tabela de comparação para os valores de peso ósseo

	Mulheres			Homens		
Peso	<45kg	45-60kg	>60kg	<60Kg	60-75Kg	>75Kg
Peso ossos	5,8kg	6,2kg	6,5kg	6,5Kg	6,9Kg	7,2Kg

Salientamos que a medição do peso e a determinação dos outros valores são baseados em métodos de medição padronizados e calculados com fórmulas estudadas por estudos científicos aprofundados.
Os hábitos de vida influem no nível de hidratação assim como os seguintes elementos:

- Depois do banho as medições podem ser mais baixas.
- Depois de se comer ou beber as medições podem ser mais altas.
- Durante o período da mulher a medição pode ser flutuante ou poucoprecisa.
- Durante uma doença ou uma actividade física intensa pode haver uma redução da hidratação por causa da transpiração e da desidratação.

Substituição da bateria

Quando a bateria estiver descarregada, no display será mostrada a mensagem "LO". Substitua imediatamente a bateria para garantir uma medição exacta. Se, durante a utilização, a balança não ligar, deve-se substituir a bateria removendo-a do alojamento e inserindo uma nova, como indicado no parágrafo relativo à colocação da bateria.

NOTA

A remoção da bateria não comporta a eliminação dos dados memorizados.

Mensagens de erro

O display da balança para pesar pessoas pode exibir algumas mensagens de erro:

Mensagem no display	Significado
LO	Indicador de bateria descarregada
ERR	Peso excedente os 180 Kg
Err2	As percentagens de massa gorda e de hidratação corpórea não podem ser calculadas (se a percentagem de massa gorda é inferior a 5% ou superior ao 75%, a medição não é certa). Os sensores de detecção não detectam os valores corretamente. Tente posicionar-se novamente e, se o erro persistir, limpe os sensores.

Para qualquer outra mensagem de erro ou problema de funcionamento do display, extraia a bateria por alguns instantes e recoloque-a no devido alojamento.

LIMPEZA E MANUTENÇÃO

Limpar a balança somente com um pano macio e seco.
Não provar a desmontar o plano da balança.
Utilizar álcool para limpar os sensores e um produto para a limpeza dos vidros (aplicado primeiro sobre um pano) para mantê-los brilhantes. Não utilizar sabão.

ATENÇÃO

Não usar nunca soluções ácidas ou substâncias abrasivas.
Não mergulhar nunca a sua balança na água ou em outras substâncias líquidas.

INFORMAÇÕES AOS UTENTES

Nos termos das Directivas Europeias 2002/95/CE, 2002/96/CE e 2003/108/CE, relativas à redução do uso de substâncias perigosas nos aparelhos eléctricos e electrónicos, além da eliminação de resíduos sólidos

O símbolo no contentor traçado indicado no aparelho significa que o produto ao fim de sua vida útil, deverá ser eliminado separadamente de outros resíduos sólidos.
O utente deverá, portanto, entregar o aparelho após o término de sua vida útil, aos centros encarregados pela colecta diferenciada de resíduos electrónicos e electrotécnicos, ou mesmo, entregá-lo de volta ao revendedor no momento da compra de um novo aparelho de tipo equivalente, na proporção de um para um.
A colecta diferenciada adequada para a eliminação sucessiva do aparelho fora de uso a ser reciclado, para o tratamento do lixo em modo compatível com o ambiente, contribui a evitar possíveis efeitos negativos ao meio ambiente e à saúde e facilita a reciclagem dos materiais dos quais o aparelho é constituído.
A eliminação do produto sem respeitar as normas por parte do utente implica na aplicação das sanções de acordo com as leis vigentes.

ETICHETTA (I)

Appoggiare i piedi per accendere
⚠ AVVERTIMENTO
Onde evitare il rovesciamento dell'apparecchio
non calpestare gli angoli della bilancia.
Non usare se portatori di pacemaker o altri strumenti medicali elettronici.
Non salire sulla bilancia con i piedi bagnati.

Questo apparecchio è sensibile ai cambiamenti di idratazione del tuo corpo.
Usare sempre nelle stesse ore della giornata e con medesime condizioni.
Effettuare le misurazioni sempre a piedi nudi
Posizionare i talloni in linea con i sensori
Si prega di NON rimuovere

LABEL (GB)

Step on to start
⚠ CAUTION
To avoid tipping the unit, do not
step on the corners of the platform.
Do not use if you have a pacemaker or other
internal electronic medical device.
Do not step onto the scales if your feet are wet.

This product is sensitive to changes in your body hydration.
Use it at the same time of day under consistent conditions.
Always measure in bare feet
Place your heels on the center of the electrodes
Please do NOT remove

ÉTIQUETTE (F)

Poser les pieds sur la balance pour mettre en marche
⚠ AVERTISSEMENT
Ne pas marcher sur les angles de la balance
a fin d'éviter de la renverser.
Ne pas utiliser l'appareil si on est porteur d'un stimulateur cardiaque
(pacemaker) ou tout autre type d'instrument médical électronique.
Ne pas monter sur la balance avec les pieds humides.

L'appareil est sensible aux variations d'hydratation corporelle.
Toujours se servir de la balance aux mêmes heures de la journée
et dans les mêmes conditions.
Toujours se peser pieds nus
Poser les talons alignés sur les détecteurs
Veuillez NE pas retirer

ETIKETT (D)

Zum Einschalten mit den Füßen auf die Waage steigen
⚠ HINWEIS
Um ein Umkippen des Gerätes zu vermeiden,
nie auf die Ecken der Waage treten.
Dieses Produkt nicht verwenden, wenn Sie einen Herzschrittmacher oder
andere elektronische, medizinische Geräte tragen.
Nicht mit nassen Füßen auf die Waage steigen.

Dieses Gerät reagiert empfindlich auf Änderungen bei der
Flüssigkeitsaufnahme Ihres Körpers.
Immer zur gleichen Uhrzeit und unter den gleichen
Bedingungen verwenden.
Die Messungen immer mit bloßen Füßen vornehmen
Die Fersen auf die Sensoren ausrichten
Bitte NICHT entfernen

ETIQUETA (E)

Para encender, apoyar los pies
⚠ ADVERTENCIA
Para evitar que el aparato se vuelque, no pisar las esquinas de la báscula.
Quien lleve pacemaker u otros instrumentos médicos electrónicos
no debe utilizar la báscula.
No se debe subir a la báscula si se tienen los pies mojados.

Este aparato es sensible a los cambios de hidratación de tu cuerpo.
Utilizar siempre a la mismas horas del día y en las misma condiciones.
Efectuar siempre la medida con los pies descalzos
Colocar los talones en línea con los sensores
Se ruega NO quitar

ETIQUETA (P)

Apoie os pés para ligar a balança
⚠ AVISO
A fim de evitar a inclinação do aparelho,
não pise nos cantos da balança.
Não utilize se for portador de pacemaker ou outros
instrumentos médicos eletrônicos.
Não suba na balança com os pés molhados.

Este aparelho é sensível às mudanças de hidratação de seu corpo.
Use sempre nas mesmas horas do dia e com as mesmas condições.
Efectuar a medição sempre com pés descalços
Posicionar os calcanhares alinhados aos sensores
NÃO remova por favor

Call free 800-753688

Termozeta S.p.A.
Via Magenta, 41/43 - 20010
Bareggio (MI) Italy
www.termozeta.com

TERMOZETA

CE

Body fat scale
Type: 60528
1 x 3V - (CR2032)
Made in China

DADOS TÉCNICOS
DATOS TÉCNICOS
TECHNISCHE DATEN
DONNÉES TECHNIQUES
TECHNICAL DATA
DATI TECNICI

TERMOZETA S.p.A. reserva-se o direito de modificar técnica e/ou esteticamente os seus produtos, para melhorar a sua performance, sem aviso prévio.

TERMOZETA S.p.A. se reserva el derecho de aportar modificaciones técnicas y/o estéticas a los propios productos al fin de mejorar las prestaciones.

TERMOZETA S.p.A. behält sich das Recht vor, an den Produkten technische und/oder ästhetische Änderungen zur Verbesserung der Leistungen vorzunehmen.

TERMOZETA S.p.A. Se réserve le droit d'apporter des modifications techniques et/ou esthétiques à ses propres produits afin d'en améliorer les prestations.

Termozeta S.p.A. reserves the right to introduce technical and/or aesthetic changes to its products intended to improve performances.

TERMOZETA S.p.A. si riserva il diritto di apportare modifiche estetiche e/o tecniche senza preavviso al fine di migliorare i propri prodotti.

BODY control
✳ 5000 ✳

**Libretto Istruzioni
Instruction Booklet
Mode D'emploi
Gebrauchsanweisung
Libro De Instrucciones
Instruçoes**



TERMOZETA